

Dal post razionalismo al cognitivismo interpersonale

Maria Beatrice Toro¹, Maria Concetta Ascrizzi², Tonino Cantelmi³

¹ Psicologa, Psicoterapeuta, Direttore Didattico SCINT, Coordinatore ITCI

² Psicologa, SCINT, ITCI

³ Psichiatra, Psicoterapeuta, Direttore Scientifico SCINT, Presidente ITCI

Riassunto

Sono descritti il pensiero e il modello teorico di riferimento di Vittorio Guidano, soprattutto la sua concezione dell'individuo e gli ulteriori sviluppi che ne conseguono; si propone, poi, una riflessione sulla teoria di John Bowlby entro una lettura bidimensionale dell'attaccamento. Vengono prese considerazione le Organizzazioni di significato personale e le corrispondenti dimensioni psicologiche del Sé, ossia la inwardness/outwardness e la field-dependence/field-independence. Nel tentativo di spostarci da una visione centrata prevalentemente sul Sé al cognitivismo interpersonale è stata fornita una nuova concezione dell'individuo e della psicoterapia, rispettando il senso del pensiero di Vittorio Guidano.

Parole chiave: cognitivismo, costruttivismo post razionalista, organizzazione di significato personale, attaccamento, cognitivismo interpersonale, autostima.

Il nostro modello di riferimento, il cognitivismo interpersonale (Cantelmi, 2008, Toro, 2009, Cantelmi, Toro, Lambiase, 2010), affonda le sue radici nel post-razionalismo sviluppato da Vittorio Guidano (1987, 1991, 2007, 2008), sebbene non si identifichi esattamente con esso, per il costante confronto con la teoria interpersonale e con le nuove acquisizioni scientifiche in campo cognitivo comportamentale (Schema Therapy, ACT); tali acquisizioni, o "riscoperte" vanno attualmente modificando alcuni aspetti importanti della visione costruttivista, che, pure, manteniamo quale cornice. Consideriamo, inoltre, indispensabile, il riferimento alla teoria di Bowlby, in quanto meta teoria all'interno della quale si possono collocare cognitivismo e teoria interpersonale.

Inquadramento teorico del modello post razionalista

Vittorio Guidano, psichiatra italiano, è stato il fondatore del

Summary

Vittorio Guidano's thoughts and tehoric model has been considered, in particular his conception of human being, the psychotherapeutic intervention and the related tehoric development. Also John Bowlbt's theory has been fitted in a bi-dimensional view of attachment taking into account the personal meaning organizations and the related psychologic dimension, or the inwardness/outwardness and field-dependence/field-independence. In accordance with psychotherapy and Guidano's theory, a new conception of the man has been created. It represent an attempt of shifting from post razionalist constructivism and personal cognitivism.

Key words: cognitivism, post razionalist constructivism, personal meaning organization, attachment, interpersonal cognitivism, self-esteem.

cognitivismo post-razionalista, orientamento teorico originale che si basa sui presupposti epistemologici del razionalismo critico e dell'epistemologia evolutiva, introducendo, nel panorama scientifico internazionale, una concezione complessa, sistemico processuale, del Sé. Tale teoria si situa all'interno del paradigma della complessità, per cui l'organizzazione del sistema del Sé avviene entro una progressione, che procede secondo livelli crescenti di complessità. Per quanto riguarda il problema della conoscenza, il post razionalismo afferma che il significato viene costruito dalla mente sulla base del rapporto tra una dimensione astratta, logico linguistica (il "Me", per cui la mente è già alla nascita predisposta)⁴ e una dimensione "dell'accadere", l'esperienza immediata, tacita ed emozionale (l'"Io", anche questo già da sempre "dato", quale humus esperienziale nel quale l'organismo umano è "gettato"). L'epistemologia guidaniana assume che il soggetto sia sempre immerso nella prassi del vivere, che viene continuamente articolata a livello logico linguistico; in que-

⁴La capacità di comunicare linguisticamente è innata, allocata in reti neurali dedicate, e non si manifesta né si sviluppa senza un'interazione con l'altro. Questa facoltà è gestita da aree motorie del cervello che rispondono ai segnali visivi che veicolano la percezione dei movimenti finalizzati.

sto senso, la mente è, di necessità, impegnata in una selezione e ordinamento di stimoli già intrinsecamente informativi; il post razionalismo è, dunque, un costruttivismo radicale.

Il soggetto è visto come “Costruttore di Significati”: non si ammette che esistano informazioni disponibili al di fuori della mente stessa: esistono, piuttosto, perturbazioni che diventano informazioni nel momento in cui la mente le elabora. L’informazione è, dunque, un prodotto della mente, ovvero un prodotto di elaborazione.

Nell’ontogenesi dell’individuo, allora, le emozioni rivestono un ruolo primario, perché rappresentano la prima informazione che si impone al sistema conoscitivo. Gli aspetti taciti - emotivi guidano e orientano l’esperienza. In particolare, per il cognitivismo interpersonale, come vedremo *infra* le emozioni collegate alla dinamica dell’attaccamento-accudimento assumono un ruolo centrale per la spiegazione dell’evoluzione del Significato Personale di un individuo.

“Il post-razionalismo parte dalla necessità di andare al di là della razionalità: questa non è una posizione irrazionalista o spontaneista. Al contrario, credo che tutto quello che è il tema del pensiero logico e razionale, in un contesto di razionalismo classico, sia molto importante. La razionalità è uno strumento molto efficace creato per l’uomo, è il suo orgoglio evolutivo; ci permette di fare una serie di calcoli, deduzioni e riflessioni che altri animali non possono fare. Tuttavia, nei sistemi umani la razionalità non funziona da sola, la razionalità funziona insieme all’emozionalità, insieme alla sensorialità e a tutte le sensazioni della corporeità. La razionalità è solo uno strumento che organizza, regola e sviluppa queste dimensioni dell’esperienza, e pertanto lavora sempre sui contenuti dell’emozionalità, sui contenuti dell’affettività” (Guidano, 1999, 1).

Viene così trasmessa alla psicologia un’originale chiave di lettura sull’ontologia dell’essere umano: Guidano concepisce l’individuo come un essere unico e irripetibile, già da sempre gettato nell’intersoggettività, portatore di una propria Organizzazione di Significato Personale. Tale concetto si riferisce al modo in cui l’individuo organizza le perturbazioni che nascono dal suo ambiente intersoggettivo, e le trasforma in informazioni significative, per il suo ordine interno, dentro una cornice di coerenza. L’esperienza, nel post razionalismo, avviene entro questa auto-organizzazione, che nasce in un processo circolare – tra l’Io che sperimenta e agisce (*Io*), e l’Io riflessivo (*Me*) che osserva e valuta. La coerenza del senso di sé è data dalla continua e reciproca interazione tra l’esperire e lo spiegare, tra il fare l’esperienza e l’interpretare l’esperienza appena fatta, dall’analizzare, valutare e autoriferirsi il continuo flusso nel tempo di sensazioni, percezioni, immagini ed emozioni, riordinandole ed integrandole sempre in maniera coerente con il senso di sé.

L’Io, spiega Guidano, coincide con un livello di conoscenza tacita di sé, mentre il Me implica un livello esplicito della conoscenza di sé che si articola attraverso il linguaggio: questo permette all’individuo di sviluppare un senso personale sia come soggetto (*Io*) sia come oggetto (*Me*) che ha come fine il raggiungimento di un significato articolato che garantisca un senso di continuità e di unicità. La simultaneità di questi elementi permette all’individuo di vivere in modo esperienziale la propria soggettività: *“Il sentirci vivi e il continuo spiegarcelo è qualcosa che sembra intrinseco alla natura umana: nel senso che è un requisito che precede qualsiasi esperienza possibile. Le nostre*

esperienze nella vita si organizzano seguendo questi due livelli che operano contemporaneamente, cioè, l’esperienza immediata e la sua spiegazione, il riordinamento che diamo all’esperienza immediata” (Guidano, 2000, 41).

Nel corso dell’ontogenesi, dunque, l’articolazione del livello tacito (comparsa di nuove emozioni, differenziazione emotiva, reazioni motorie e comportamentali) interagisce con lo sviluppo della dimensione linguistico-cognitiva. Questo processo avviene nell’interagire con gli altri, a partire dalle prime figure significative e conosce, come vedremo, alcuni vincoli legati alla sopravvivenza dell’individuo.

Guidano ha individuato quattro principali organizzazioni di significato personale (OSP), derivandole dalla combinazione delle emozioni basilari (tristezza, rabbia, gioia, paura, disgusto e sorpresa), sottolineando il fatto che sono soltanto classificazioni teoriche, che si trovano in misura diversa in ogni individuo e che servono all’osservatore (e in particolare al terapeuta nella pratica clinica) per trovare una cornice di senso entro la quale indirizzare un intervento terapeutico. Le organizzazioni individuate sono:

- **Organizzazione di significato personale depressiva:** può essere definita come la tendenza di un individuo a rispondere agli eventi interpersonali di vita generalmente con scetticismo o sfiducia, come conseguenza della costruzione di significato di questi eventi in termini di perdita, disillusione o insuccesso. Il significato personale è qui centrato sul senso di solitudine ed è organizzato in un circuito ricorrente di schemi emozionali che oscillano tra lo scetticismo e la rabbia; successivamente, l’ordinamento esplicito o cosciente si configura in un’immagine negativa di sé e in un’attribuzione di responsabilità interna, globale e stabile.
- **Organizzazione di significato personale fobica:** può essere definita come la tendenza di un individuo a rispondere agli eventi di vita generalmente oscillando tra emozioni di curiosità e paura, come conseguenza della costruzione di significato di questi eventi. Tutto ciò che è nuovo è attraente, ma può esser visto come pericoloso, e ciò porta l’individuo a valorizzare una percezione di sé secondo caratteristiche di forza/debolezza a seconda della propria ove prevalga una percezione di se stesso come adeguato e sicuro in questo mondo, il soggetto tende ad allontanarsi dalle figure di riferimento, in un’ottica di autonomia e libertà. Ove prevalga una percezione di sé debole, il soggetto si sentirà incapace di affrontare il mondo senza una figura protettiva “a portata di mano”.
- **Organizzazione personale di significato personale ossessiva:** è caratterizzata fondamentalmente da emozioni secondarie, di orgoglio e colpa, con l’elaborazione di un senso di sé ambivalente e dicotomico, nel quale l’esperienza immediata è vissuta in due dimensioni simultanee orientate in senso antitetico: un’immagine positiva di sé (orgoglio, sé buono) e una negativa. Ciò porta l’emergere di pensieri, condotte e immagini intrusive e persistenti vissute come estranee da sé e che sono controllate ricercando la certezza attraverso il dubbio sistematico.
- **Organizzazione di significato personale tipo disturbi alimentari psicogeni:** è caratterizzata da emozioni di orgoglio e vergogna, con un senso di sé vago, carente, oscillante e indefinito, che si definisce soltanto quando si ha la sensazione di corrispondere alle aspettative degli altri. L’individuo con questa organizzazione

ha un'esperienza immediata diffusa di sé, che può stabilizzare solo attraverso criteri esterni che sono il giudizio e le aspettative degli altri.

Per ciascuna Organizzazione di significato, è possibile una serie di discrepanze tra i livelli dell'Io e del Me; ovvero di "divergenze" fra l'esperienza immediata e la conoscenza esplicita, che possono destabilizzare le modalità prevalenti di autoorganizzazione del sistema, provocandone un irrigidimento e una riduzione delle capacità di lettura consapevole del proprio vissuto. Vittorio Guidano evidenzia come nel lavoro psicoterapeutico sia importante comprendere fino in fondo l'esperienza dell'individuo per poter capire da dove si origina la dinamica di un suo possibile scempenso e sottolinea come nella pratica clinica sia richiesto un attento ascolto da parte del terapeuta verso il paziente, onde evitare il rischio di cadere in una lettura standardizzata e superficiale. L'aumento di comprensione di sé da parte del paziente consiste nella scoperta delle proprie modalità di funzionamento: si tratta di una comprensione che nasce dalla particolare perturbazione dei propri confini che è il rapporto terapeutico. Il terapeuta è, infatti, perturbatore strategicamente orientato: mentre, tecnicamente, favorisce la destabilizzazione del punto di vista attuale del paziente, è attento ascoltatore delle oscillazioni emotive che osserva nel paziente stesso, per poterle utilizzare al fine di favorire l'aumento di consapevolezza che nasce dall'autosservazione.

Una lettura bidimensionale dell'Attaccamento

L'essere umano vive un mondo intrinsecamente intersoggettivo ed è dotato di abilità, silenti alla nascita, di comunicare linguisticamente. La propensione a comunicare si esprime, inizialmente, attraverso i comportamenti e le emozioni del sistema motivazionale dell'attaccamento. Il piccolo e il caregiver tendono a strutturare una reciprocità emotiva e per l'infante, in particolare, la stessa autoregolazione passa attraverso la prossimità e la comunicazione con il caregiver. La capacità di sintonizzarsi su una fonte di regolarità, quale è il caregiver, che interpreta i bisogni e vi corrisponde (in modo più o meno adeguato, ma, in ogni caso, sufficientemente responsivo da consentire la sopravvivenza del piccolo), è il primo modo di dare ordine al fluire dell'esperienza, sia in termini di ritmi fisiologici che di stati emotivi. La prima organizzazione del Sé, dunque, avviene entro schemi interpersonali ricorrenti, che assumono diverse forme a seconda della modalità di Attaccamento con i genitori. L'io arriva a vedere se stesso come un Me solo all'interno di tali scambi intersoggettivi, entro cui giunge ad anticipare le possibili reazioni del caregiver: ciò permette la riconoscibilità delle proprie azioni, delle emozioni, atteggiamenti e immagine di sé. In particolare, risultano di fondamentale rilievo per la conoscenza di sé e per la sintesi dell'immagine dell'altro, le modalità con cui il piccolo regola, o tenta di regolare, la distanza del caregiver. Se la regolazione è efficace e reciproca, il bambino sviluppa un attaccamento sicuro, se, invece, il caregiver è imprevedibile o ambiguo, il bambino si attacca in modo insicuro, secondo due direttrici diverse: l'attaccamento evitante (A) e l'attaccamento resistente-coercitivo (C). Secondo Patricia Crittenden si possono classificare diciannove sottoconfigurazioni dell'attaccamento: quattro sicure, otto coercitive, sei evitanti e una mista.

Per quanto concerne la teoria Cognitivo-Interpersonale, scegliamo di leggere l'attaccamento entro uno schema bidimensionale, laddove la dimensione sicurezza-insicurezza è il primo asse (che si muove da un estremo sicuro a uno insicuro), mentre nel secondo è rappresentata la "strategia" per ottenere sicurezza. La strategia, a sua volta, può essere prevalentemente autoregolativa (evitante) o eteroregolativa (coercitiva), ma non c'è opposizione tra le due strategie.

Sviluppi del modello post-razionalista

La variabile chiave che dà forma alla percezione di sé è rappresentata dalla prevedibilità/imprevedibilità della figura d'attaccamento: quando le risposte genitoriali sono prevedibili – sia che siano gratificanti o frustranti – le emozioni si susseguono con delle naturali ricorrenze, che consentono presto al bambino di differenziare la propria interiorità, riconoscendo l'occorrenza delle stesse configurazioni psicofisiologiche. Non importa che si tratti di emozioni positive o negative: se queste ricorrono in modo coerente, il bambino tenderà a farvi affidamento, come predittori di un certo comportamento del caregiver e come "spie" delle proprie caratteristiche di amabilità/inamabilità.

Per un'analisi più attendibile del vissuto dell'individuo, Guidano, ispirato dal filosofo francese Ricoeur, ricorre alla distinzione tra due termini, "medesimezza" (*sameness*) e "ipseità" (*selfhood*) (Mannino, 2010, 7). Il termine "medesimezza" indica, secondo la teoria guidaniana, i tratti emotivi ricorrenti, mentre l'"ipseità" (intesa in modi diversi da vari fenomenologi) significa variabilità, ossia l'accadere momento per momento non anticipabile a partire dal proprio sentire. La prima, *sameness* dà al soggetto il senso di continuità; la seconda dà senso dell'accadere. Il soggetto è sempre lo stesso, ma, nel suo "accadere", vive provando sensazioni che lo fanno anche sentire continuamente diverso dal suo senso di permanenza. Tale distinzione viene utilizzata da Guidano per introdurre nel suo modello due dimensioni psicologiche tra di loro correlate: la *inwardness/outwardness* e la *field-dependence/field-independence*.

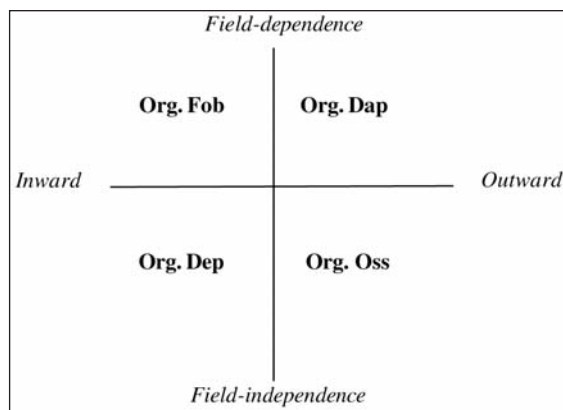


Figura 1 - Le "Organizzazioni di Significato Personale" in rapporto alle dimensioni *field-dependence/field-independence* e *inwardness/outwardness* (Mannino, 2010, 14).

La dimensione *inwardness/outwardness* (vedi Figura 1, asse verticale) si riferisce al tipo di rapporto che l'individuo ha con se stesso, mentre la dimensione *field-dependence/field-independence* è relativa al rapporto dell'individuo con gli altri (vedi Figura 1, asse orizzontale). L'individuo *inward*, il cui dominio emotivo è costituito da pattern coerenti ricorrenti (gioia, paura, rabbia, disperazione), discrimina più accuratamente i propri stati a partire dalla componente viscerale e somatica. Fidandosi delle proprie sensazioni, mette a fuoco la propria esperienza dall'interno e definisce il proprio stato chiaramente. Le emozioni entrano a far parte della sua definizione identitaria come aspetti stabili, poco modificabili nella qualità. L'individuo *outward*, invece, non ha a disposizione genitori prevedibili e non sviluppa dei tratti emotivi ricorrenti. Per dare senso a ciò che accade dovrà basarsi sull'esterno (l'altro o la situazione contingente). Ciò lo porta a una modulazione dei propri vissuti sulla base di codici esterni. Pertanto non si basa sulle emozioni per riconoscere se stesso ma si rapporta a standard esterni e ad emozioni "cognitive" come l'orgoglio, la colpa, la vergogna e il disgusto. Inevitabilmente, un tale individuo avrà maggiore difficoltà a demarcare i propri stati, che risultano maggiormente vaghi o deboli, vuoi perché dipendono dall'imprevedibile comportamento dell'altro (e dunque devono poter essere velocemente convertiti dall'uno all'altro a seconda di cosa stia accadendo nella mutevole relazione con un genitore non in grado di validare l'esperienza emotiva del figlio), vuoi per la loro intrinseca ambiguità.

La dipendenza/indipendenza dal campo (il secondo asse) è una misura psicologica che nasce come misurazione della funzionalità percettiva. Lo psicologo Witkin mise a punto una procedura consistente in un dispositivo girevole su cui il soggetto veniva posto, secondo diverse inclinazioni, avendo dinanzi al suo sguardo delle figure. In genere, i *field-independent* riconoscevano il disegno nell'insieme, da qualsiasi inclinazione si trovassero, facendo riferimento all'asse corporeo; per i *field-dependent*, invece, che facevano riferimento al disegno in quanto tale, la figura variava ogni volta che variava la loro posizione. Per Guidano a *field-dependence* e *field-independence* corrispondono non solo stili percettivi diversi, ma, soprattutto stili cognitivi ed emotivi diversi.

I *field-dependent* tendono a regolarsi sugli altri, dunque possono risultare maggiormente abili in ciò che riguarda l'interpersonalità. I campo indipendenti, invece, sono più in grado di strutturare l'esperienza in base a se stessi, con più spiccate capacità analitiche.

Vittorio Guidano, infine, al fine di fornire una migliore base per una psicopatologia esplicativa e permettere una terapia più efficace e versatile, aggiunge al suo modello una terza dimensione: la *diacronia/sincronia*. Il concetto di Diacronia/Sincronia nasce dalla necessità che l'individuo riconosca, veda una continuità della propria esistenza (e in definitiva dell'immagine di sé) nel corso del tempo e avverta il bisogno di una unitarietà momento per momento (Mannino, 2008, 5). L'introduzione di questa nuova dimensione spiegherebbe ancora meglio il pensiero di Guidano di non intendere la psicopatologia descrittiva e statica come compare nei DSM, bensì intesa come evoluti-

va e processuale, che si focalizzi sui processi di evoluzione della coerenza interna dei significati dell'individuo, evitando così di considerarlo un'entità fissa che si mantiene tale per tutta la vita ed evitando ancora il rischio di incasellarlo in un'etichetta diagnostica statica (Guidano, 1992, 194). Il merito di Guidano è stato, dunque, quello di andare oltre gli schemi, evidenziando come in psicoterapia si ha a che fare con un individuo per natura complesso e sempre in divenire e non con un'entità statica e fissa. Ha tentato di ultima analisi di avvicinarsi alla mera complessità che caratterizza l'essere umano.

Dal post-razionalismo al cognitivismo interpersonale

La teoria e tutto il pensiero di Guidano hanno suscitato le critiche di alcuni Autori (Lalla, 2008, 22-35; Mancini, 2009, 1-10) che, riportando fedelmente tutta la ricostruzione storica del suo pensiero, definiscono con fermezza che la sua è un'epistemologia "dura", ossia "pesante". Partendo da questa considerazione, sarebbe nostro intento cercare di considerare l'individuo come un sistema chiuso riguardo all'ontogenesi, ma aperto a una moltitudine di sviluppi liberi. La chiusura organizzativa indica, nel modello Cognitivo Interpersonale, un mero dato di ordine logico: affinché un organismo possa mantenere la sua continuità nel tempo, i suoi sottosistemi tendono a organizzarsi sempre allo stesso modo. Ciò riguarda, soprattutto, l'assimilazione delle esperienze alle regolarità su cui si è fondato il riconoscimento significativo nel passato della propria storia, ma, per quanto riguarda il futuro, consideriamo gli esseri umani in grado di modificarsi indefinitamente, considerando anche modifiche imponenti, purché ciò avvenga senza compromettere l'unitarietà, la selfhood. L'autopoiesi del Sé, dunque, è da noi considerata come una tendenza, una spinta che ha lo scopo di mantenere stabile l'identità nel confine del rapporto con gli altri, ma non riteniamo di condividere un'epistemologia che oggettizzi tale tendenza rendendola una necessità "metafisica". La tendenza a dare significato secondo i medesimi processi funzionali, può essere riconosciuta solamente a posteriori e non esclude altri vincoli strutturali per il Sé, come, ad esempio, il mantenimento di una sufficiente autostima. Anche per l'individuo, infatti, accanto ai momenti di "scienza normale"⁵, esistono i periodi di crisi e ristrutturazione, ove si generano non tanto nuovi contenuti, ma si può verificare l'emergenza di nuovi processi significanti. Ciò è teoreticamente possibile, se non si intende l'autopoiesi come un attributo strutturale e si intende l'attaccamento come un sistema bidimensionale, come illustrato *supra*. Guidano, come menzionato nel paragrafo precedente, arriva a concepire l'individuo come un sistema cognitivo complesso in equilibrio dinamico che, essendo aperto dal punto di vista strutturale, si organizza autoreferenzialmente e tende a mantenere una coerenza interna e una continuità del senso di sé attraverso la ricerca attiva di un significato personale costante. Senza togliere nulla al suo pensiero, il nostro obiettivo è quello di cercare di capire come l'individuo può trovare una sua coerenza interna anche prendendo in considerazione tutte le sue

⁵ Kuhn, T., *Struttura delle rivoluzioni scientifiche*, Einaudi, Torino 1969 – *The Structure of Scientific Revolutions*, Chicago 1962.

relazioni con il mondo, con gli altri e con la società in cui vive. Consideriamo, allora, parzialmente meno vincolanti le prime esperienze, tenendo conto del modello bidimensionale dell'attaccamento, in cui *pattern* diversi di attaccamento non si escludono a vicenda e non danno luogo a itinerari già scritti.

È fondamentale per noi, poi, considerare la cultura, il contesto dove l'individuo cresce e si forma come persona, ed è giusto sottolineare come nella pratica clinica non per forza occorre considerare la relazione di attaccamento (punto di partenza nella teoria guidaniana) per poter comprendere e aiutare un paziente, bensì tenere conto del suo presente, del *qui et ora* e analizzare insieme che cosa lo ha portato allo scompensamento. Le emozioni certamente sono fondamentali e crediamo che rivestano un ruolo primario nell'individuo, ma occorre anche soffermarsi sulle dimensioni che fanno comunque parte dell'individuo: *“Ricondurre la psicopatologia dell'adulto a esperienze precoci di attaccamento significa trascurare il complesso delle influenze e delle loro interazioni che intervengono nel corso di anni di sviluppo. Ad esempio è ben noto che la presenza di disabilità cognitive e la crescita in ambienti socioculturali svantaggiati aumenta l'incidenza della psicopatologia”* (Mancini, 2009, 9).

Per noi, il “complesso delle influenze” è da considerarsi determinante. I quattro raggruppamenti di personalità, se rilette attraverso le sei dimensioni, diventano - è questo il contributo di Mannino⁶, che accogliamo - non un letto di Procuste, ma degli “attrattori”.

Dimensioni di personalità e orientamenti interpersonali

Prima di addentrarci nel complesso rapporto tra organizzazioni di significato e interpersonalità, desideriamo introdurre, come fece Guidano in un secondo momento della sua evoluzione di pensiero, il concetto di Autostima. È questo un concetto in se stesso interpersonalmente definito, poiché l'autostima è un fatto sociale: l'immagine che abbiamo di noi stessi percepita dagli altri.

Se si assume la prospettiva che il processo di autoco-scienza sia un processo autoreferenziale, nel quale è fondamentale il riconoscimento di ricorrenze per dare significato all'esperienza vissuta, la significazione implica sempre un certo grado di appianamento di discrepanze, connesso alla possibilità di dare senso. Quando ci rendiamo conto di noi stessi, non utilizziamo, inoltre, processi volti, semplicemente, alla ricerca della verità, ma, piuttosto, siamo orientati all'identificazione di un'immagine di noi coerente, stabile e caratterizzata da un livello di autostima che ci permetta di accedere a una qualche forma di funzionamento personale e intersoggettivo. In altre parole, quando l'essere umano dà vita a un processo di autoco-scienza, sottopone se stesso a un autoinganno, per mantenere coerenza e autostima sufficienti.

Secondo la prospettiva del cognitivismo interpersonale, possiamo leggere le organizzazioni di significato tenendo in considerazione alcune dimensioni per noi fondamentali. Ciascuna OSP presenta delle caratteristiche specifiche,

a partire dal pattern di attaccamento prevalente (secondo la prospettiva bidimensionale del sé). Dalla OSP derivano, poi, un MOI specifico, oscillazioni emotive tipiche, un determinato senso di amabilità di Sé un'autostima, uno stile attributivo, un'immagine interiorizzata dell'Altro (come fonte informativa più o meno attendibile e come partner coinvolto nella relazione di attaccamento).

Cominciamo dall'OSP fobica. Secondo lo schema tri assiale delle dimensioni del sé (*inwardness/outwardness, field dependence/independence, diacronia/sincronia*) il fobico definisce se stesso secondo modalità ove prevale la *sameness*, dunque il senso di continuità e di alta definizione di Sé; egli fa affidamento prevalentemente sul proprio sentire per decodificare le situazioni (modalità *inward*), l'atteggiamento verso gli altri è caratteristico della *field-dependence* (la vicinanza/lontananza dell'altro è, quindi, una variabile per lui altamente significativa). Il *pattern* di attaccamento è di tipo coercitivo (C1 a C8 secondo la classificazione di Crittenden). Il senso di Sé è variabile: all'emozione della curiosità (che si esprime come tendenza all'esplorazione e valorizzazione semantica del polo “libertà”, con voglia di autonomia e insofferenza verso i legami stringenti) corrisponde una percezione per cui l'Altro può esser visto come una possibile limitazione della motivazione esplorativa. Quando l'oscillazione si ferma sul polo della paura, l'immagine di Sé mostra una persona debole; vi è, di conseguenza, un atteggiamento di ricerca di conforto e di dipendenza dall'altro il quale si troverà a svolgere un ruolo di protezione nei suoi confronti; il fobico, a seconda della situazione, attiva, dunque, l'emozione della paura e della curiosità oscillando così tra il senso di libertà e il senso di “sprotezione”.

Nell'organizzazione depressiva (dal punto di vista dimensionale collocata sul quadrante *inward, field-independence*) è presente un modello di attaccamento evitante inibito o accudente (A1, A2, A3), laddove il senso del Sé (caratterizzato da un senso di inamabilità) si definisce come autonomo e capace quando l'emozionalità si sintonizza sul registro della rabbia (l'Altro è percepito come assente, ma prevale il senso di autosufficienza). Quando la spinta propulsiva della rabbia si attenua, entrano in gioco le emozioni della tristezza e della disperazione. Qui la percezione di Sé, con una coloritura di fondo ancora una volta di inamabilità, non è più attivo, ma passivo, ed il senso di solitudine prende la forma di una condanna dolorosa; l'atteggiamento interpersonale è evitante inibito, oppure accudente, per cui l'Altro, sentito come affettivamente caro, ma ineluttabilmente lontano, viene avvicinato mediante una strategia in cui la prossimità si ottiene al prezzo del sacrificio dei propri bisogni, con una concentrazione sui bisogni dell'altro.

L'organizzazione DAP si pone sul quadrante *outward, field-dependence*, con un modello di attaccamento misto compulsivo compiacente con componente coercitiva (A/C, A4/C); il senso del Sé è vincente quando prevale l'orgoglio, mentre è passivo-perdente quando prevale la vergogna e quindi l'Altro diventa più percepibile di sé; l'oscillazione emotiva di base è così fra orgoglio e colpa e l'interpersonalità è declinata secondo il modello ricerca di conferme vs paura dell'intrusività.

⁶Le dimensioni del Sé, a cura di G. Mannino, Alpes 2010.

L'ossessivo si colloca sul versante *outward, field independence*, che presenta un modello di attaccamento compulsivamente accidentante con componente coercitiva (A/C, A3/C); prevalgono comportamenti definiti come "intransitivi" dal punto di vista interpersonale, cioè orientati verso se stessi, al fine di modificare il mondo interno, più duttile del mondo delle relazioni. Quando il senso del Sé è positivo, l'Altro è partner di un dialogo in cui il soggetto si presenta rigido sulle sue posizioni. Quando il senso di sé è più passivo e negativo l'Altro (inteso come persona o come alterità impersonale) risulta essere, come nel DAP, più attendibile di sé, così l'oscillazione emotiva di base è fra dignità e colpa.

Come si vede, dunque, approfondendo il modello post razionalista in senso interpersonale, si sottolinea qualcosa che è già insito nel concetto di Modello Operativo Interno secondo Bowlby, laddove la percezione di sé non è separabile dalla percezione dell'Altro e orienta l'atteggiamento relazionale in modo caratteristico per ciascuno stile di personalità. Tale visione della persona impronta l'agire terapeutico in modo da informarne procedure e strategie, alla luce del funzionamento e dell'incontro di due modi di esserci, quello del terapeuta e quello del paziente, che entrano in dialogo in una relazione finalizzata alla cura della persona.

Bibliografia

Cantelmi T., Toro M.B., Lambiase E. Priscilla: un caso di bulimia

inquadrate secondo il modello cognitivo-interpersonale. Idee in *Psicoterapia*, 2(2), 137-148, (2009).

Cantelmi T., Toro M.B., Lambiase E. (2010). Il "vaso di Pandora": utilizzo dell'auto-osservazione strategica in un paziente con disturbo alimentare. *Modelli per la Mente*, 2(1-2), 7-12, (2010).

Crittenden P. Attaccamento in età adulta, L'approccio dinamico-maturativo dell'Adult Attachment Interview. Milano: Raffaello Cortina, 1999.

Guidano V., *The Self in process. Toward a Post-Rationalist Cognitive Therapy*, New York, Guilford, 1991; trad. it. *Il Sé nel suo divenire. Verso una terapia cognitiva post-razionalista*, Torino, Bollati Boringhieri, 1992.

Guidano V., *Psicoterapia cognitiva postrazionalista y ciclo de vida individual*, in <<Revista de Psicoterapia>>, 41, 35-65, (2000).

Lalla C. La teoria valoriale dei disturbi di personalità. Modelli patogenetici, strategie psicoterapeutiche, procedure d'intervento, Milano, Franco Angeli, 2008.

Mancini F. Perché non sono diventato post-razionalista, in <<<http://cognitivismo.wordpress.com>>> (15/05/2009).

Mannino G. Le dimensioni del Sé. Una lezione sugli ultimi sviluppi del modello post razionalista, Roma, Alpes Italia, 2010.

Mannino G. Le Organizzazioni di Significato Personale ed il concetto di Diacronia/Sincronia, in <<www.scienzedellamente.it>>, 2008.

Ricoeur P. *Soi-même comme un autre*. Paris: Ed du Seuil (1990) (*Sé come un altro*, Milano: Jaca Book, 1993).

Ruiz A. *Conversación con Vittorio Guidano*, in <<www.inteco.cl>>, 1999; trad. it. su <http://digilander.libero.it/paolocoluccia>.

Witkin H.A. The effect of training and of structural aids on performance in three tests of space orientation (Rep. No. 80). Washington, DC: Civil Aeronautics Administration, Division of research. (1948).

Witkin H.A., Goodenough D.R. Field dependence and interpersonal behavior. *Psychological Bulletin*, 84, 661-689, (1976).